

РАЗВИТИЕ СОЦИАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ КАК ФАКТОР УСПЕШНОЙ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКУРСНИКОВ К УСЛОВИЯМ ОБУЧЕНИЯ В ВГМУ

Ивашкевич В.А., Михлюк В.И.

Витебский государственный медицинский университет, Беларусь

Под адаптационной способностью понимается способность человека приспосабливаться к различным требованиям среды (как социальным, так и физическим) без ощущения внутреннего дискомфорта и без конфликта со средой. Адаптация – это предпосылка активной деятельности и необходимое условие ее эффективности. В этом положительное значение адаптации для успешного функционирования индивида в той или иной социальной роли.

Социальная адаптация студента в ВУЗе осуществляется в двух направлениях: профессиональном (приспособление к характеру, содержанию, условиям и организации учебного процесса, выработка навыков самостоятельности в учебной и научной работе) и социально – психологическом (приспособление студента к группе, взаимоотношениям с ней, выработка собственного стиля поведения).

Использование студентами сформированного на предыдущих этапах развития поведенческого репертуара без учета специфики новой социальной ситуации развития может замедлить процесс адаптации к условиям обучения в ВУЗе.

В ходе проведения опроса первокурсников психологической службой были получены следующие данные: 66% опрошенных ответили, что обучение в университете оказалось сложнее, чем они ожидали; 61,2% опрошенных отметили сложность подготовки к большому числу предметов одновременно; 71,1% - в нахождении времени на полноценный сон. 54,2% первокурсников считают, что группа, в которой они обучаются, их понимает. 55,9% опрошенных полагают, что членов их группы объединяет совместное посещение занятий. 9,1% опрошенных отмечает, что члены группы вызывают у них раздражение, а 3,5% указывают на наличие враждебного отношения к ним со стороны членов группы. В целом у девушек отмечаются более напряженные отношения с членами их групп по сравнению с юношами.

Одним из направлений работы психологической службы по профилактике дезадаптационного синдрома является оптимизация социальной компетентности.

Оказавшись в незнакомой ситуации, при резкой смене условий жизни, студенты первого курса чувствуют себя неуверенно. Следовательно, важным оказывается оказание им поддержки в период выработки оптимального режима труда и отдыха, так как ситуативная не-

уверенность в своих силах может перерасти в неуверенность стабильную, личностную, а это может явиться причиной постоянной внутренней тревоги и беспокойства.

Психологической службой разработан тренинг, целью которого является развитие социальной компетентности способности находить компромисс между самореализацией (стремление быть таким как никто другой) и социальным приспособлением (быть как все другие). В ходе тренинга осуществляется расширение поведенческого репертуара, анализ реальных жизненных проблем студентов, осуществление поведенческих проб по применению сформированных навыков в контексте конкретных жизненных проблем.

Результатом тренинга является развитие способности к компромиссу между двумя крайними, экстремальными стратегиями (функционирования, приспособления – с одной стороны, и самоутверждения - с другой), в реальных жизненных обстоятельствах, в которых две крайние тенденции переплетаются в присущей только данной конкретной ситуации пропорции.

Эта способность к компромиссу в определенном смысле готовится уже тренировкой базовых навыков поведения, которые сами по себе исключают проявление насилия и давления. Используя уверенные стереотипы поведения, участники тренинга учатся добиваться своего, лишь оповещая партнера о своих целях, правах и претензиях, чувствах и желаниях и сознательно отказываясь от насилия или принуждения. Фактически, суть тренинга в том, что, верно используя проработанные стереотипы уверенности, студенты самопроизвольно оказываются компетентными в повседневных социальных ситуациях. Детальная проработка на первом этапе тренинга базовых навыков уверенности в двух описанных выше сферах жизнедеятельности создает предпосылки для легкого и быстрого прохождения второго этапа тренинга – внедрение выработанных навыков в реальные жизненные ситуации студентов.

В ходе тренинга идет процесс как внутренних, так и внешних изменений. К внутренним изменениям относятся изменения в чувствах, установках, эмоциях и мотивации первокурсников, к внешним – поведение и поступки. Таким образом, развитие социальной компетентности у первокурсников обеспечивает успешную адаптацию к условиям обучения в ВГМУ.

Литература:

1. Аронсон Э. Общественное животное. – М., 1998.
2. Krappmann L. Soziologische Dimensionen der Identität. Stuttgart, 1991.
3. Аннекен Р. и др. Тренинг коммуникации в парах. Руководство для психологов. Материалы DGVТ № 2. URL: [http:// www. openweb. ru/](http://www.openweb.ru/).